

Ώρα Ελλάδας	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή	Συχνότητες
13:00	Σήμα έναρξης εκπομπής, Επισκόπηση προγράμματος							Hotbird 8 11604 MHz
13:02	Δελτίο Ειδήσεων							
13:10	Τα θέματα της ημέρας					Το θέμα της ημέρας	Τα θέματα της ημέρας	Atlantic Bird 3 3727 MHz
13:14						Πολιτική Ανάλυση		
13:19	Επισκόπηση τύπου					Με τους Έλληνες της Γερμανίας	Μουσικό Καλειδοσκόπιο	
13:22	Η Ευρώπη Σήμερα	Ο Κόσμος των Μίντια	Οικονομικό Πανόραμα	Πολιτική Ανάλυση	Πολιτιστικές Αναφορές			
13:25	Bundesliga	Επιστήμη	„Το άλλο θέμα“	Κοινωνία & Ζωή	Σε δεύτερη ανάγνωση	Οικολογία & Περιβάλλον		
13:30	Μουσική / Σήμα τέλους εκπομπής							

ΣΤΑΘΜΟΙ ΠΟΥ ΑΝΑΜΕΤΑΔΙΔΟΥΝ ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΑΣ

- | | | |
|--|-------------------------------------|-------------------------------------|
| 1. Άγιος Νικόλαος, Διάυλος Κρήτης 96,6 | 15. Ιεράπετρα, Ηχώ 99,8 | 29. Λέχοβο, Ράδιο Λέχοβο 97,1 |
| 2. Αγρίνιο, Ράδιο Αγρίνιο 93,7 | 16. Ιωάννινα, Ηχώ 102,7 | 30. Παραμυθιά, Ράδιο Θεσπρωτία 97,1 |
| 3. Αθήνα, NET 105,8 | 17. Καβάλα, Άλφα Ράδιο 88,6 | 31. Πάτρα, Ράδιο Άλφα 94,4 |
| 4. Αθήνα, ΣΚΑΪ 100,3 | 18. Καναλάκι, Ράδιο Καναλάκι 98,1 | 32. Πάφος, Ράδιο Πάφος 92,5 |
| 5. Αίγιο, Ράδιο Αίγιο 99,2 | 19. Καστοριά, Ράδιο Καστοριά 93 FM | 33. Ρέθυμνο, Ράδιο Fly 95,8 |
| 6. Αλεξ/πολη, Διάυλος Έβρου 96,6 | 20. Κέρκυρα, Ράδιο Αντένα 92,6 | 34. Ρόδος, SKY Radio 100 |
| 7. Βέροια, Ράδιο Τύπος FM 99,7 | 21. Κεφαλονιά, Ionian Galaxy 90,8 | 35. Σάμος, 2000 FM 99,8 |
| 8. Βόλος, Ράδιο Ένα 102,5 | 22. Κιλκίς, Ράδιο Μαχητής 92,2 | 36. Σέρρες, Ράδιο Μελωδία 104,8 |
| 9. Βόνιτσα, Ράδιο Βόνιτσα 89,5 FM | 23. Κοζάνη, Top FM 95,1 | 37. Σητεία, Ράδιο Σητεία 95,5 |
| 10. Γρεβενά, Mix FM 102,2 | 24. Κόρινθος, Ράδιο Ηλέκτρα 98,8 | 38. Σπάρτη, FLY FM 89,7 |
| 11. Ζάκυνθος, Ελεύθερη Ραδιοφωνία 88,5 | 25. Λαμία, Ράδιο Λαμία FM 1 96,2 | 39. Τρίκαλα, Ράδιο Ζυγός 100 |
| 12. Ηράκλειο, Υπέρηχος 92,1 | 26. Λεμεσός, Κανάλι Έξι 106 | 40. Χαλκίδα, Ράδιο Ένα 98,1 |
| 13. Θάσος, Ράδιο Στόχος FM 98,9 | 27. Λευκάδα, Στούντιο Λευκάτας 90,5 | 41. Χανιά, 96,2 Χανιά |
| 14. Θεσ/νίκη, EPT3 Α' Πρόγρ. 102 FM | 28. Λευκωσία, PIK 97,2 | 42. Χίος, Ράδιο Αλήθεια 98,2 |